

БЕЗБЕДНОСТ ХРАНЕ



COVID-19?

1. ЧИСТОЋА

- Перите руке пре руковања храном и често за време припреме хране.
- Перите руке након обављања нужде.
- Перите и одржавајте хигијену свих површина, прибора и посуђа којим се користите приликом припреме хране.
- Искувајте и исперите крпе и сунђере, често их мењајте.
- Заштитите кухињу и храну од инсеката, гамади и других животиња.

2. УНАКРСНА КОНТАМИНАЦИЈА ХРАНЕ

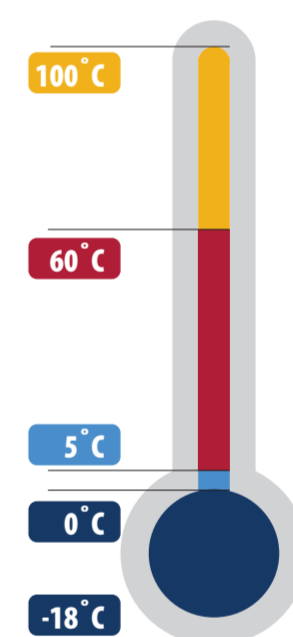
- Одвојите сирову храну (месо, перад, рибу и плодове мора, неопрано поврће и воће) од остале хране спремне за конзумирање.
- Приликом обраде сирових намирница употребљавајте посебну опрему и прибор попут ножева и даски за сечење.
- Чувајте храну у посебним посудама како би избегли међусобни додир сирове и припремљене хране.

3. ТЕРМИЧКА ОБРАДА ХРАНЕ

- Храну темељно скувајте или испеците, а посебно месо, перад, јаја те рибу и плодове мора. За месо и перад, проверите да ли је њихов сок бистар, а не ружичасте боје.
- Храну попут супе или варива треба прокувати како би достигла температуру од 70°C. За велике комаде меса најбоље би било употребити термометар (73°C).
- Темељно подгрејте већ кувану храну.

Температурне зоне за чување хране

- 60°C - 100°C** Зона за топлу храну
▶ Бактерије су уништене
- 5°C - 60°C** Опасна температурна зона
▶ Бактерије се размножавају
- 0°C - 5°C** Зона за хладну храну
▶ Бактерије се не размножавају
- 18°C - 0°C** Зона за замрзнуту храну
▶ Бактерије се не размножавају



4. ЧУВАЊЕ ХРАНЕ

- Не остављајте кувану или печену храну на собној температури дуже од 2 сата.
- Хладна храна се чува на температури испод 5°C.
- Кувану или печену храну пре послуживања загрејте тако да се види испаравање (изнад 65°C).
- Скувана храна која се чува на топлотом, мора бити на температури већој од 65°C.
- Не чувајте храну предуго, чак ни у фрижидеру.
- Не одмрзавајте смрзнуту храну на собној температури, нити у близини хране спремне за конзумирање.

5. БЕЗБЕДНА ВОДА И ХРАНА

- Употребљавајте безбедну воду или је прокувајте како би је учинили сигурном.
- Одаберите свеже и безбедне намирнице.
- Одаберите намирнице које су термички обрађене, као што је пастеризовано млеко.
- Перите воће и поврће, нарочито ако се једе сирово.
- Не употребљавајте храну којој је истекао рок трајања.

